मांसाहार कितना उचित?

डॉ. चंचलमल चोरडिया

क्या बुद्धिमान व्यक्ति मांसाहारी हो सकता है?

मानवीय गुणों के अभाव में मानव जीवन निरर्थक :-

मानवीय गुणों के अभाव में मनुष्य और पशु में विशेष अन्तर नहीं होता। दया, करूणा, मैत्री, सेवा, परोपकार, अनुकंपा, नैतिकता, सहानुभूति, कर्त्तव्य पालन का विवेक मानवता का प्रतीक है। इन गुणों से शून्य मनुष्य तो मानवता के अभाव में स्वार्थी एवं अनैतिक जीवन जीता है। जिस व्यक्ति के दिल में प्राणियों के प्रति दया, प्रेम, नहीं होता वह परमात्मा का प्रेम नहीं पा सकता। भले ही वह व्यक्ति स्थानकों अथवा उपासरों में जाकर सामायिक साधना,मंदिरों में पूजा पाठ, गुरूद्धारे में गुरू ग्रन्थ साहब के गुणगान, मस्जिद में नमाज और गिरजाघरों में जाकर कितनी ही प्रार्थना क्यों न करता हो ? इसलिये तो कहा है-

मक्का, मदीना, द्वारका, बद्री और केदार।
बिना दया सब झूठ है, कहे मलूक विचार।।

मनुष्य का आचरण कैसा हो ?

मनुष्य का आचरण कैसा हो, उसके संबंध में कवि ने कितना सुन्दर विवेचन किया है :-

सत्त्वेषु मैत्रीं, गुणिसुं प्रमोदं, क्लिष्टेषु जीवेषु कृपापरत्वम्।
माध्यस्थ भाव, विपरीत वृत्तौ, सदा ममात्मा विद्धातु देव।।

अर्थात् संसार के समस्त प्राणियों के साथ निःस्वार्थ भाव रखना, अपनी आत्मा के समान ही सभी जीवों में सुख-दुःख की अनुभूति का अनुभव करना। गुणीजनों को देखकर प्रसन्न होना, दीन दुःखी का कष्ट मिटाने हेतु यथा शक्ति प्रयत्न करना तथा जो अपने से विपरीत स्वभाव वाले हैं उनके प्रति द्वेष न रख तटस्थ भाव रखना। ऐसा जीवन जीने वाले ही मानव जीवन को सफल बना पाते हैं।

लक्ष्य प्राप्ति हेतु सजगता एवं सम्यक् पुरुषार्थ आवश्यक-

किसी उद्देश्य की प्राप्ति के लिए,उसके योग्य बनना आवश्यक है। कच्चे घड़े में यदि अमृत भर दिया जाए तो घड़ा और अमृत दोनों नष्ट हो जायेंगे। घर में गन्दगी का ढ़ेर पड़ा सड़ रहा हो और वहाँ चाहे जितना इत्र छिड़का जावे, अगरबत्तियां जला दी जायें तो भी बदबू दूर नहीं होगी। ठीक उसी प्रकार जब तक शरीर, मन और आत्मा में विकार बढ़ाने वाले कारणों से न बचा जावेगा तब तक दीर्घ कालीन पूर्ण स्वास्थ्य की प्राप्ति संभव नहीं हो सकती। विकारों को दूर किये बिना अथवा बढ़ाने वाली क्रियाओं के रहते तथा अभक्ष्य भोजन करने से अच्छे स्वास्थ्य की कल्पना अंधेरे में भटकने के समान होगी। **अतः जो आहार मानव में मानवीय गुणों की अभिवृद्धि में सहायक होता है वही आहार मानव के लिए सर्वश्रेष्ठ आहार होता है।**

भोजन कैसा हो ?

जिस प्रकार यंत्रों की क्षमता उसके ईंधन की गुणवत्ता और परिमाण पर निर्भर करती है। अच्छी फसल के लिए मौसम के साथ-साथ धरती की उर्वरकता का महत्त्व ज्यादा होता है। ठीक उसी प्रकार मनुष्य का जीवन और

स्वास्थ्य उसके द्वारा किए जाने वाले भोज्य पदार्थों से प्रभावित होता है। शरीर के विभिन्न अवयवों का निर्माण भोजन में उपलब्ध रासायनिक तत्त्वों से होता है। भोजन के माध्यम से जो-जो तत्त्व शरीर में जावेंगे, शरीर पर उसका प्रभाव पड़े बिना नहीं रहेगा। शराब पीने से नशा, आवेगा और विष का सेवन अपना प्रभाव दर्शायेगा। फिर वह व्यक्ति चाहे जितना स्वस्थ, शान्त, साधक ही क्यों न हो? शराब और जहर यह नहीं देखते कि ग्रहण करने वाला व्यक्ति कौन है? उसके तो सीधे सिद्धान्त होते हैं। वह शरीर के रसायन में अपना कार्य करेगा। अव्यस्थित असंतुलित और अनुचित आहार का प्रभाव भी विष के समान होता है, जो शरीर को ऊर्जा देने के स्थान पर ऊर्जा का ह्रास करता है। हम भोजन द्वारा पेट को ऊर्जा का माध्यम बनावे न कि ऐसा माल गोदाम जो हमेशा ही कचरे से भरा रहे। अतः बुद्धिमान व्यक्तियों को आहार के बारे में स्वाद के साथ-साथ स्वविवेक का उपयोग कर भक्ष्य-अभक्ष्य, हितकर-अहितकर, सुपाच्य-दुपाच्य, संतुलित-असंतुलित का ध्यान रख मौसम और शारीरिक अवस्था के अनुकूल जो भोजन शरीर को स्वस्थ, मन को मजबूत और आत्मा को पवित्र, शुद्ध एवं निर्मल बनाये, ऐसे भोजन का ही चयन कर सेवन करना चाहिए।

भोजन के प्रकार :-

मनुष्य के भोजन को मुख्य रूप से तीन भागों में विभाजीत किया जा सकता है। (1) ओज आहार, (2) रोम आहार, (3) कवल आहार। जीव को नया शरीर धारण करते समय मिलने वाला आहार ओज आहार कहलाता है। शारीरिक रोम वायुमंडल से जिस हवा, पानी को ग्रहण करते हैं, उसे रोम आहार कहते हैं। मुँह से खाये जाने वाले आहार को कवल आहार कहते हैं। हमारी सारी चर्चा का विषय कवल आहार, मांसाहार और शाकाहार के रूप में मुख्यता से होता है। **हलन-चलन करने वाले चेतनाशील प्राणियों अथवा उनकी ऐसी अवस्था जो अभी तक पूर्ण विकसित नहीं होने की स्थिति में हो, परन्तु संभावना हो, जैसे अण्डे गर्भज जीव आदि को प्रत्यक्ष परोक्ष रूप से प्राण विहीन कर बनाया गया अथवा उनको मार कर उनके अवयवों को खाद्य पदार्थों में मिलाकर बनाया गया भोजन मांसाहार की श्रेणी में आता है।**

अन्य सभी प्रकार के भोजन शाकाहार की श्रेणी में आते हैं। बहुत से चिन्तक जो भोजन सामग्री धरती से प्राप्त होती है, उसे ही शाकाहारी भोजन मानते हैं। परन्तु ऐसा अनेकान्त दृष्टि से शत प्रतिशत सही नहीं लगता। **माता के दूध अथवा अन्य पशु पक्षियों के दूध को मांसाहारी मानना ऐसी मानसिकता वाले वैज्ञानिकों के एक पक्षीय चिन्तन का ही दुष्परिणाम है।**

अभक्ष्य आहार:- हमारे शास्त्रों में पाँच प्रकार के आहार मानव के लिए अभक्ष्य बतलाये गये हैं-

1. त्रस घातक, 2.बहुघात मूलक, 3.नशा कारक, 4. अनुपसेव्य, 5.अनिष्टकारी

1. **त्रसघात मूलक :-** हलन-चलन करने वाले, दो से पांच इन्द्रियों वाले जीवों की हिंसा से उपलब्ध आहार। जैसे मांसाहार, अण्डा, भ्रूण, मछली आदि का सेवन।
2. **बहुघात मूलक:-** जिसमें बहुत से एकेन्द्रिय जीवों की हिंसा होती है। जैसे प्याज, लहसन, जमीकन्द (जमीन के अन्दर विकसित होने वाले) आदि।
3. **नशाकारक :-** जो नशा उत्पन्न करते हों। जैसे शराब, तम्बाकू, गुटका, पान पराग एवं ऐसे ही अन्य खाद्य ।

4. **अनुपसेव्य :-** जिसका सेवन लोक निन्द्य हो, जो सभ्य पुरूषों के द्वारा खाने योग्य नहीं होता। जैसे मल, मूत्र, लार, थूक एवं अन्य प्रकार के शरीर से विसर्जित होने वाले विकार। घास, फूस आदि जानवरों के खाद्य पदार्थ।
5. **अनिष्टकारी :-** जो शरीर के लिए अनुकूल न हो। जैसे मधुमेह के रोगियों के लिए शक्कर, हृदय रोगियों के लिए नमक, सड़े गले गन्दे अपाच्य पदार्थों आदि का प्रयोग।

भोजन अहिंसक होना चाहिए :-

भोजन जीवन का आधार है। आधार हमेशा मजबूत होना चाहिए न कि मजबूरी, लापरवाही, अज्ञान अथवा अविवेकपूर्ण आचरण का। यह आवश्यक भी है और हमारे लिए चेतावनी भी है। हमें ऐसा आहार करना चाहिए जो पूर्णतः अहिंसक हो, अर्थात् किसी भी चेतनाशील जीव की हिंसा करके अथवा कष्ट देकर यथा संभव उपलब्ध न किया गया हो। प्रकृति का यह सनातन सिद्धान्त है कि किसी जीव को प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्ष रूप से दुःख, पीड़ा, कष्ट पहुँचाने वाले को उसका दुष्परिणाम भुगतना पड़ता है।

निर्दोषों का रक्त बहाना, मानवता का मान नहीं।
हिन्दू, मुस्लिम याद तुम्हें, क्या गीता और कुरान नहीं ?

कभी-कभी तुरन्त प्रतिफल न मिलने से हम इस सनातन सत्य को स्वीकार नहीं करते। हमारे मानने अथवा न मानने से प्रकृति के सनातन सिद्धान्त नहीं बदल जाते। अपराध के प्रथम प्रयास में दण्डित न होने वाला, यदि अपराधवृति को अच्छा समझे तो यह उसका अज्ञान, अविवेक और अदूरदर्शिता ही समझनी चाहिये।

मांसाहार प्रकृति एवं स्वास्थ्य के प्रतिकूल :-

1. मांसाहारी जीवों के दांत नुकीले व पंजे तेज नाखून वाले होते हैं जिससे वह आसानी से अपने शिकार को चीर फाड़ कर खा सकें। शाकाहारी जीवों के दाँत चपटी दाढ़ वाले होते हैं। पंजे तेज नाखून वाले नहीं होते, जो चीर-फाड़ कर खा सकें, अपितु फल आदि आसानी से तोड़ सकने वाले होते हैं।
2. मांसाहारी जीवों के निचले जबड़े केवल ऊपर नीचे ही हिलते हैं और वे अपना भोजन बगैर चबाए ही निगलते हैं। शाकाहारी जीवों के निचले जबड़े ऊपर, नीचे, दाएँ-बाएँ सब ओर हिल सकते हैं और ये अपना भोजन चबाने के बाद निगलते हैं।
3. मांसाहारी प्राणियों की जीभ खुरदरी होती हैं। ये जीभ बाहर निकाल कर उससे पानी पीतें हैं। शाकाहारी प्राणियों की जीभ चिकनी होती है। ये पानी पीने के लिये जीभ बाहर नहीं निकालते अपितु होठों से पीते हैं।
4. मांसाहारी जीवों की आँतों की लम्बाई कम, करीब-करीब उनके शरीर की लम्बाई के बाहर और धड़ की लम्बाई से लगभग 6 गुनी होती है। आँते छोटी होने के कारण वे मांस के सड़ने व विषाक्त होने से पहले ही उसे शरीर से बाहर फेंक देती हैं। शाकाहारी जीवों की आँतों की लम्बाई अधिक, करीब-करीब उनके शरीर की लम्बाई से चार गुनी व धड़ की लम्बाई से लगभग 12 गुनी होती है। इसी कारण वे मांस को जल्दी बाहर नहीं फेंक पाती।

5. मांसाहारी जीवों के यकृत व गुर्दे भी अनुपात में बड़े होते हैं ताकि मांस का व्यर्थ मादा आसानी से बाहर निकाल सकें। शाकाहारी जीवों के यकृत व गुर्दे भी अनुपात में छोटे होते हैं और मांस के व्यर्थ अपाच्य भोग को आसानी से बाहर नहीं निकाल पाते।
6. मांसाहारी जीवों के पाचक अंगों में शाकाहारियों के पाचक अंगों की अपेक्षा लगभग दस गुना अधिक हाइड्रोक्लोरिक एसिड होता है, जो मांस को आसानी से पचा देता है। शाकाहारी जीवों के पाचक अंगों में हाइड्रोक्लोरिक एसिड कम होता है। अतः मांस को आसानी से नहीं पचा पाता।
7. मांसाहारी जीवों की लार अम्लीय होती है। शाकाहारी जीवों की लार क्षारीय होती है तथा उनकी लार में पटायलिन रसायन जो कार्बोहाइड्रेटस को पचाने में उपयोगी होता है, पाया जाता है।
8. मांसाहारी जीवों की सूँघने की शक्ति अत्यन्त तीव्र होती हैं, आँखें रात्रि में चमकती हैं तथा रात में भी दिन की तरह देख पाती है।ये शक्तियाँ उसे शिकार करने में सहायक होती है। शाकाहारी जीवों में सूँघने की शक्ति उतनी तीव्र नहीं होती एवं रात में भी दिन की भांति देखने की शक्ति नहीं होती।
9. शाकाहारी जीवों के पसीना अधिक आता है जबकि मांसाहारी प्राणियों के प्रायः पसीना नहीं आता।
10. मनुष्य की शारीरिक रचना जैसे आंखों की पुतलियां, गर्दन एवं आतों का अनुपात, रक्त की रासायनिक स्थिति, पसीना होने की प्रक्रिया, रात में देखने की शक्ति, पानी पीने का ढंग, जबड़ों के हलन-चलन का तरीका, नाखून, दांत और दाढ़ों की रचना मांसाहारी जानवरों से भिन्न शाकाहारी जानवरों से मिलती जुलती होती है। ब्रिटेन में शाकाहारी गायों को धोखे से मांसाहार कराने के दुष्परिणामों से सारा विश्व परिचित हो गया है। यह गाय का पागलपन है अथवा मानव का पागलपन, समझाने की आवश्कता नहीं।

मनुष्य प्रकृति से शाकाहारी है, मांसाहार उसे अनुकूल नहीं।
पशु भी मानव जैसे प्राणी हैं, वे मेवा फल फूल नहीं।।

11. आधि (मानसिक), व्याधि (शारीरिक), उपाधि (आत्मिक) के संतुलन से ही समाधि, शांति, सुख और स्वास्थ्य की प्राप्ति होती हैं परन्तु मांसाहार इस संतुलन को बिगाड़ता है, अतः त्याज्य है।
12. क्या जिन जानवरों को मांसाहार के लिये मारा जाता है। उन पशुओं के स्वास्थ्य का परीक्षण होता है ?कहीं वे असाध्य, संक्रामक रोगों से पीड़ित तो नहीं होते? कहीं मांस के साथ जानवरों के रोग एवं मवाद तो खाने वालों के शरीर में प्रवेश नहीं करते? क्या जहर उबालने से अमृत बन जाता है? इसीलिए तो कहा है-

जब पेट भर सकती है, तेरा सिर्फ दो रोटियाँ।
तो तु क्यों खाता है, बेजुबां की बोटियाँ।

13. क्या जानवर हंसते-हंसते इच्छा से मरता है? जिस निर्दयता, क्रूरता, बेरहमी से उनको मारा जाता है। उस वातावरण से उत्पन्न तनाव, भय, घबराहट, घृणा, छटपटाहट, बदला लेने की भावना आदि से पशुओं का मांस विषैला बन जाता है। ऐसा मांस खाने वाले के हृदय में दया, करूणा, संवेदना, सहानुभूति, परोपकार, सेवा जैसे मानवीय गुणों का हनन हो जाता है। मन में क्रूरता, उत्तेजना तथा हिंसात्मक विचार आते हैं। साथ ही मांसाहार से सैकड़ों रोग पैदा होते हैं एवं बढ़ते हैं। इसीलिए **अमेरिका सरकार की**

दवाईयों की नीति निर्धारण संबंधी समिति के चिकित्सकों ने सन् 1991 में सरकार को जनता के योग्य जो आहार की सूची भेजी उसमें अण्डा, मछली और मांसाहार को बहिष्कृत किया गया है।

14. चेतनाशील जीवों में मृत्यु के पश्चात् हानिकारक कीटाणुओं की उत्पति अधिक एवं शीघ्र होती है। इस कारण मृत्यु के पश्चात मृतक को जल्दी से जल्दी जलाया अथवा दफनाया जाता है। शवयात्रा में भाग लेने वाले अपने शरीर की शुद्धि हेतु स्नान करते हैं। क्या पशुओं का वध करते ही उनके मांस का भक्षण कर लिया जाता है ?अगर नहीं तो उसमें रोग के कीटाणु उत्पन्न हो, आसपास के वातावरण को तो दूषित नहीं करते ? मानव का पेट क्या कचरा पेटी है कि उसमें जब चाहो, जो चाहो, जितना चाहो, कुछ भी डाल दें ? क्या मांसाहारियों का पेट मृत जानवरों का कब्रिस्तान तो नहीं हैं ?
15. किसी भी रोगी को जब रक्त की आवश्यकता होती है तब डॉक्टर उस रोगी को उसके ग्रुप का ही रक्त क्यों देते हैं ? क्या मांसाहारी ऐसा दावा कर सकते हैं कि मांस के साथ जो खून का अंश पेट में जावेगा व उनके ग्रुप का ही है ? क्या विपरीत गुण वाला रक्त एवं मांस शरीर को हानि तो नहीं पहुंचायेंगे ? इसीलिये जिन शाकाहारियों को उपचार हेतु मांसाहारियों का रक्त दिया जाता है, उनकी तामसिक प्रवृतियां बढ़ जाती है।
16. मांसाहार पाचन संस्थान को अस्त-व्यस्त कर देता है। यह लार को क्षार से अम्ल बना देता है। अतः लार में भोजन को पचाने की क्षमता उसी अनुपात में कम हो जाती है और पाचन संस्थान की निष्क्रियता बढ़ने लगती है। भोजन कितना आवश्यक है, उससे भी ज्यादा उसका पाचन आवश्यक है। अतः हमारा खान-पान हमारे पाचन तंत्र के अनुकूल होना चाहिये। **पेट्रोल की गाड़ी यदि डीजल अथवा केरोसीन से कब तक चलाई जा सकेगी ? उसमें खराबी होने की ज्यादा संभावना बनी रहती है। ठीक उसी प्रकार पाचन तंत्र के अनुकूल न होने से, मांसाहार करने से अधिक रोग होने की संभावना रहती है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (Who) के बुलेटिन संख्या 637 के अनुसार लगभग 160 ऐसे असाध्य, संक्रामक रोगों की सूची प्रकाशित की गई है जिसका प्रमुख कारण मांसाहार बतलाया गया है।**
17. मांसाहार से शरीर की प्रतीकारात्मक शक्ति घटती है। हड्डियां कमजोर होती है। स्मरण शक्ति घटती है। मानव ध्यान में स्थिर नहीं रह सकता। मनुष्य क्रूर, हिंसक, निर्दयी, कामी, क्रोधी, चिड़चिड़े स्वभाव वाला बनने लगता है। इसीलिये प्रायः मांसाहार भी शाकाहारी जानवरों का ही किया जाता हैं? मांसाहारी जानवरों का क्यों नहीं ?
18. शाकाहारी व्यक्ति मांसाहारियों की अपेक्षा कम रोगग्रस्त होने से लम्बी आयु वाले होते है।
19. घोड़ा पूर्णतः शाकाहारी हैं फिर भी ताकत का मापदण्ड अश्वशक्ति में होता है। शेर शक्ति में नहीं ?अतः मांसाहार को पौष्टिकता का प्रतीक बतलाना मिथ्या धारणा है।
20. शाकाहार आहार ही नहीं एक जीवन शैली है। आत्मानुशासन का प्रतीक है। वासनाओं का अवरोधक है। संयमित, अनुशासित जीवन का मूलाधार है।
21. **मांसाहार से तामसिक वृत्तियां, दुर्गुण बढ़ते हैं। तामसिक प्रवृत्ति वाला प्रायः श्रम जीवी नहीं हो सकता। वह हमेशा आराम खोजेगा। उसे अगर लेटने का अवसर मिले तो वह बैठेगा नहीं। अगर खड़े होने का**

अवसर मिलेगा तो चलेगा नहीं। चलने का अवसर मिले तो दौड़ेगा नहीं। मांसाहारी व्यक्ति लम्बे समय तक श्रम नहीं कर सकते, जल्दी थकते हैं।

22. क्या बालक जन्मते ही मांसाहार कर सकता है?नहीं कदापि नहीं ? कोई भी शाकाहारी मानव पूर्ण शाकाहारी हो सकता है परन्तु कोई भी मांसाहारी व्यक्ति पूर्ण मांसाहारी नहीं हो सकता। उसे भी शाकाहार तो करना ही पड़ता है। अतः मांसाहार मानवीय आहार नहीं हो सकता।
23. रोग के लिए मात्र भोजन कारण नहीं है। अतः ऐसा सोचना ठीक नहीं कि शाकाहारी कभी बीमार नहीं होते हैं। सदैव स्वस्थ ही रहते है। तुलनात्मक दृष्टि से मांसाहारी ज्यादा रोगी, अपराधी, अव्यावहारिक, अनैतिक और तनावग्रस्त होते हैं।
24. मांसाहार से व्यक्ति दुर्गति अर्थात् नीच योनि में जाता है। नरक योनि में जाने का प्रमुख कारण मांसाहार भी है।
25. मांस देखने और सूंघने में भी, अप्रिय लगता है।
26. आधुनिक विज्ञान मानव को बंदर की औलाद के रूप में मानता है। परन्तु बन्दर तो पूर्णतः शाकाहारी है। अतः प्रत्येक तथ्य को वैज्ञानिक आधार पर ही स्वीकार करने वालों को इस बात को मानने में कोई हिचकिचाहट नहीं होनी चाहिये कि मानव मूलतः शाकाहारी प्राणी ही है।

अज्ञान दुःखों का मूल है:-

अधिकांश व्यक्ति अज्ञान, अविवेक एवं सद्चिन्तन के अभाव में जो भोजन करते हैं, उसे सही और अच्छा समझ कर ही करते है। वे अपनी खाने संबन्धी आदतों को सही बतलाने के लिए विभिन्न कुतर्कों, अप्रसांगिक दृष्टांतों, घटनाओं एवं भ्रामक मायावी विज्ञापनों का आलम्बन लेते है। चन्द व्यक्तियों को पूर्व उपार्जित पुण्यों के प्रभाव से जब पद, पैसा, मन, चाहा रूप, स्वास्थ्य, सत्ता आदि मिल जाती है तो वे धर्म-कर्म, पाप-पुण्य, हिंसा-अहिंसा आदि में विश्वास नहीं करते और अभिमानवश अपनी सारी सफलताओं का श्रेय स्वयं के परिश्रम को ही मानने लगते हैं। अपने आपको सर्वश्रेष्ठ, सर्वशक्तिमान, सभ्य, प्रगतिशील समझने का भ्रम हो जाने से स्वछन्द, मायावी, स्वार्थी, घमण्डी, हिंसक, क्रूर, निर्दयी आचरण करते तनिक भी संकोच नहीं करते। स्वयम् को तो सुई अथवा पिन की चुभन भी सहन नहीं होती परन्तु स्वाद लोलूपता के कारण मांसाहार करते करूणा, दया,प्रेम, परोपकार, सहयोग, संवेदना जैसे मानवीय गुणों को निःसंकोच त्याग कर देते है। लाखों रूपये में भी अपने शरीर के किसी अंग को न बेचने वाला अपने स्वाद पूर्ति के लिये बेचारे बेजुबान, बेबश, बेसहारा प्राणी जिनका रोम-रोम मनुष्य जाति के लिए समर्पित होता है, जिसे खिलाना चाहिये, उसे ही खाया जा रहा है। ऐसा मानव आकृति से भले ही मनुष्य हो, परन्तु प्रकृति से तो वह राक्षसों को भी लजाने वाला बनता जा रहा है। इसीलिए किसी कवि ने चुनौती के स्वरों में कहा हैं-

मत सता जालिम किसी को, मत किसी की हाय ले।
दिल के दुःख जाने से जालिम, खाक में मिल जाएगा।।

मांसाहार क्यों ?

प्रत्येक व्यक्ति का प्रयास जीवन में शांति, सुख, स्वस्थता, आनन्द, प्रसन्नता की प्राप्ति करना होता है। जिस कार्य में उसे लाभ होता है उसको करने की उसकी भावना होती है। कोई भी व्यक्ति ऐसा आचरण नहीं करना चाहता जिससे उसको हानि, तनाव, दुःख आदि हो। प्रश्न खड़ा होता है, कोई मनुष्य मांसाहार क्यों करता हैं ?क्या मांसाहार स्वास्थ्य, आर्थिक, मानवीय,पर्यावरण, प्रकृति व कानून की दृष्टि से उत्तम है अथवा उनका सोच, धारणायें, मान्यतायें, विज्ञापन, पूर्वाग्रह एवं अन्धाःनुकरण से प्रेरित हैं ? क्या मांसाहारी मांसाहार के अच्छे बुरे परिणामों के बारे में सजग हैं ? प्रकृति में सभी जीव जीना चाहते हैं। कोई मरना नहीं चाहता। मनुष्य जैसा बुद्धिमान प्राणी मांसाहार के लिये उन बेजुबान, निराश्रित, मूक प्राणियों का वध करें यह कहां तक उचित है ? **जो प्राण हम दे नहीं सकते उनको लेने का हमें किसने अधिकार दे दिया ?** यह मानव के स्वार्थीपन का प्रतीक है। ताकत का दुरूपयोग है। पागलपन का परिचायक है। हिंसक मनोवृत्ति मानवता पर कंलक है। **प्रायः मांसाहारी स्वाद, ताकत और फैशन आदि कारणों से मांस खाता है। मांसाहार से ताकत आती है यह बिल्कुल मिथ्या धारणा है।** युद्ध में हजारों योद्धाओं को जीतने वालों से अपने मन और आत्मा पर विजय पाने वाला ज्यादा शक्तिशाली होता है। परन्तु मांसाहार तो मन का गुलाम बनाने वाला और आत्मा को विकारी बनाने वाला है। अतः मांसाहार से तो मनोबल और आत्म बल बढ़ने के बजाय क्षीण होता है। **स्वाद के लिए मांसाहार करने वालों का मजा तो दो इंच की जीभ लेती है। बिगड़ता पाचन संस्थान है और रोग ग्रस्त होता है सारा शरीर। फैशन के लिए तो मांसाहार विवेकशून्य, असजग व्यक्ति ही कर सकता है।** पशु बलि एवं धर्म के नाम पर कुर्बानी जैसी रूढ़िवादी मान्यताओं के कारण भी बहुत से व्यक्तियों को न चाहते हुए भी मात्र परम्पराओं को निभाने के लिए मांसाहार करने हेतु विवश होना पड़ता है क्योंकि उनमें अन्याय, अत्याचार एवं गलत प्रचलित परम्पराओं का विरोध करने का साहस नहीं होता। आज जब भोजन के अनेकों विकल्प उपलब्ध है तब मांसाहार के लिए पशुओं का वध कदापि उचित नहीं हो सकता ?सभी प्राणी चाहे वे मनुष्य अथवा पशु पक्षी हों प्रकृति के परिवार के सदस्य होने से आन्तरिक रूप से जुड़े हुए है। जैसे कोई भी व्यक्ति अपने संबन्धी का मांस नहीं खाता, उसी प्रकार मांसाहार से भी परहेज किया जाना चाहिए। मनुष्य के लिए मांसाहार मजबूरी नहीं है। अतः स्पष्ट मांसाहार मनुष्य के दिमाग की विकृति का परिणाम है। इसलिये महापुरूषों ने स्पष्ट कहा है-

अगर आराम चाहते हो तो नसीहत ये हमारी है।
किसी का मत दुःखाओं दिल, सभी को जान प्यारी है।।

मांसाहारियों की श्रेणियाँ :-

कुछ व्यक्ति रोजाना मांसाहार करते हैं तो कुछ सप्ताह, अथवा महिने में कभी-कभी। मांसाहारी परिवारों में उत्पन्न होने से उनमें मांसाहार की आदत सहज ही पड़ सकती है। क्या खाना ? क्या नहीं खाना ? क्यों खाना ? क्यों नहीं खाना ? उस पर उसका कोई चिन्तन नहीं चलता ? जैसा चलता आया है, उसका ही वे अन्धाःनुकरण करते हैं। उनके संस्कार इतने परिपक्व हो जाते हैं कि मांसाहार के दुष्प्रभाओं को जानते, मानते हुए भी मनोबल नहीं होने से, मांसाहार नहीं छोड़ सकते। बहुत से व्यक्ति जन्म एवं शाकाहार के संस्कारों में पले होने के बावजूद मांसाहार के दुष्प्रभावों से अपरिचित होने के कारण, विवेकशून्य, चिन्तन के परिणास्वरूप, बुराई को बुरा न

समझने के कारण, मांसाहारियों की संगति में रहने से, घर से बाहर होटलों में जाकर मांसाहार लेना प्रारम्भ कर देते हैं। भारत में बढ़ते मांसाहार में ऐसे लोगों की ही संख्या ज्यादा है। अधिकांश व्यक्तियों को इस बात का पता ही नहीं चलता कि मांसाहार कैसे प्राप्त होता है? यदि कोई व्यक्ति किसी प्राणी का क्रूरता, बेरहमी से वध होता देख ले तो उसका कलेजा दहल जायेगा और वह मांसाहार कभी नहीं करना चाहेगा। कारण चाहे जो हो, मांसाहार मानव का आहार नही है।

मांसाहार और आर्थिक दृष्टिकोण :-

1. मांसाहार शाकाहार की अपेक्षा मंहगा है। जीवन अमूल्य है। अतः जो वस्तुएँ किसी को बिना हानि पहुँचाये प्राप्त हो, वे प्रत्येक व्यक्ति से सस्ती है।
2. एक किलो मांस निर्माण के लिए सत्तर किलो घास पशुओं को खिलाना पड़ता है। उस अनाज के लिए जितनी जमीन चाहिए, उस जमीन में यदि अनाज पैदा किया जावे तो 70 लोगों को प्रतिदिन का एक वक्त का भोजन मिल सकता है।

मांसाहार और पर्यावरण :-

1. दुनिया में किसी भी प्राणी अथवा वनस्पति की सृष्टि निरर्थक नहीं होती। **"God gives but man gets & Forgets"** भगवान तो देता है, परन्तु मानव उसके एहसानों को भूल जाता है।
   प्रकृति का पर्यावरण संतुलित रखने एवं प्रदूषण को रोकने में सबकी अपनी अपनी भूमिका है। हम यदि इस सत्य को नकारते हैं तो हमारा अज्ञान है। जैसे चन्द वनस्पतियां खाने के लिए, कुछ पशु पक्षियों के आहार के लिये तो कुछ उनके रात्रि विश्राम हेतु आवश्यक होती है। कुछ पेड़ पौधे वर्षा को आकर्षित करते हैं तो कुछ प्राण वायु छोड़ते हैं। प्रकृति के साथ आवश्यक छेड़छाड़ करने से ही प्राकृतिक विपदायें आती हैं।
2. आज तरंगों के प्रभाव से कौन परिचित नहीं है? टी.वी., रेडियों, से प्रसारित कार्यक्रमों की तंरगें क्षण मात्र में सारे विश्व में प्रसारित हो जाती है तथा हजारों मील दूर बैठा व्यक्ति उसी क्षण उस दृश्य को देख सकता है, सुन सकता है। दूरस्थ और रेकी चिकित्सा करने वाले हजारों मील दूर बैठे व्यक्ति का उपचार कैसे करते हैं?डाऊजिंग पद्धति द्वारा शरीर के छोटे से छोटे अवयव, जैसे रक्त की बूंद, बाल, नाखून आदि से फोटो अथवा हस्ताक्षर की तरंगों के आधार पर संबंधित व्यक्ति के रोगों का निदान तथा प्रश्नों का समाधान कैसे ढूंढ लिया जाता है ? स्पष्ट है किसी पदार्थ से निकलने वाली तरंगों का प्रभाव तुरन्त समाप्त नहीं होता। तब क्या मांसाहार के कारण वध किये जाने वाले जानवरों की बद्दुआओं की तंरगें, क्या प्रकृति में असंतुलन पैदा नहीं करेगी ? मांसाहार करने वालों के विचार, रहन-सहन, मनन को निश्चित रूप से विकृत करेगी। उनका आभामण्डल प्रदूषित होगा। स्वच्छ एवं शुद्ध आभामण्डल शरीर के ऊर्जा चक्रों को संतुलित रखता है। जो शारीरिक, मानसिक, आत्मिक विकास के लिए आवश्यक है।
3. आज जो इतनी हिंसा, आतंक, असहिष्णुता, क्रूरता, हत्याएं, तनाव, भय, बैचेनी आदि मानसिक प्रदूषण का मुख्य कारण मांसाहार है। कोई भी जीव स्वेच्छा से मरना नहीं चाहता। मृत्यु से बचने के लिए पशु-पक्षी सब कुछ छोड़कर उसको मारने वाले से दूर भागने का पूर्ण प्रयास करता है। अतः वध करते समय उस पशु को बांधकर, बेबस और निरीह बनाकर ही मारा जाता है। मारते समय वह पशु चीखता है, चिल्लाता है, रोता है,

आहें भरता है, छटपटाता है, उग्र और उत्तेजित होता है। आंतकित और भयभीत एवं गुस्से में होता है जिससे उसके सारे अवयव विषैले हो जाते हैं। उससे जो बद्दुआएं निकलती है, वे उसकी हत्या करने वाले, करवाने वाले और जिसके लिए हत्या की जाती है, वे सभी प्रत्यक्ष-परोक्ष रूप से प्रभावित हुए बिना नहीं रहते। ऐसी तरंगों से सारा पर्यावरण दूषित हो जाता है। जब किसी का आशीर्वाद, शुभ भावना हमारा मंगल करती है तो मांसाहार के लिए वध किये गये प्राणियों की बद्दुआएं, चीत्कारें मांसाहारियों का निश्चित रूप से अमंगल करेगी। इसमें तनिक भी संदेह नहीं होना चाहिये।

मांसाहार न्याय संगत नहीं ?

1. अगर कोई मनुष्य को खा जाता है उसको नर भक्षी कहा जाता है। ऐसे जानवरों को लोग जिन्दा नहीं रहने देतें। परन्तु मांसाहारी जीवन पर्यन्त कितने प्राणियों की हत्या कर खाता है, फिर भी ऐसे मानव को सभ्य, बुद्धिमान मनुष्य मानना कदापि न्याय संगत नहीं।
2. इन्द्रिरा गांधी की हत्या करने वाले सतवंतसिह और महात्मा गांधी के हत्यारे नाथूराम गोडसे को हत्या के आरोप में पकड़े जाने के बावजूद, उनको तुरन्त फांसी नहीं दी गई। न्यायालय के नियमानुसार मुकदमा चला। सरकार ने करोड़ों रूपयों का व्यय वहन किया। इतने बड़े राष्ट्रीय नेताओं की हत्या करने वालों को फांसी देने के लिए, जिनके हाथों में सत्ता है, उनको कितनी कार्यवाही करनी पड़ी? इसका कारण न्याय का तकाजा है, अपराधी दण्ड से बच गया तो चल सकता है, पर किसी निर्दोष को दण्ड न मिले। अत: निरपराध प्राणियों को मांसाहार हेतु मारने वाले न्याय की साधारण प्रक्रिया का भी पालन नहीं करते ? प्रकृति का दण्ड देने का अपना अलग ही विधान है, उसके कानून की अवहेलना करने वाला कभी बच नहीं सकता। ''जैसा करोगे वैसा फल मिलेगा'', ''जिसको मारने में सहयोगी बनेंगे, उसके हाथों मारे जायेंगे।'' प्रकृति के न्याय में देर हो सकती है, अन्धेर नहीं हो सकती। जो प्रकृति के इस अटूट सिद्धान्त को नकारता है, उसको भविष्य में पछताना पड़ेगा।

   गला जो काटे औरों का, अपना रहे कटाय।
   सांई के दरबार में, बदला कहीं नहीं जाये।।
3. प्राणियों को जीवित रहने के अधिकार से वंचित करना न्याय, नीति एवं कर्मशास्त्रों के सिद्धान्तों का स्पष्ट अतिक्रमण करना है।
4. अगर कोई दूसरों को आघात पहुँचाता है तो उसको भी भविष्य में वही सहना पड़ता है। यह कर्म और फल का सनातन सिद्धान्त है। अत: सुख एवं शांति की चाहना करने वालों को अन्य प्राणियों को प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्ष रूप से कष्ट पहुँचाने में सहयोगी नहीं बनना चाहिये।

भोजन के बारे में मायावी, भ्रामक दुष्प्रचारों का प्रभाव:-

आहार के संबंध में सर्वाधिक भ्रामक प्रचार और विज्ञापनों के कारण जनसाधारण में व्यापक रूप से फैली गलतफहमी शायद यह है कि शाकाहार से शरीर को उतना पोषण प्राप्त नहीं होता, जितना मांसाहार से होता है। एलोपेथिक चिकित्सकों का भोजन में आवश्यक तत्वों की उपलब्धता के आधार पर प्रचारित तालिकाएं। भ्रामक मायावी एवं झूठे आंकड़ों द्वारा प्रचारित दावों के इस युग में अधिकांश व्यक्ति पेकिंग, ऊपर से डाली गई

सुगन्ध एवं बाह्य स्वच्छता से भ्रमित हो गंदी, अशुद्ध, अनुपयोगी, हानिकारक वस्तुओं को स्वाद लोलुपता के कारण, अज्ञान, अविवेक, तथा सम्यक् चिन्तन के अभाव में उपयोग करते तनिक भी संकोच नहीं करते। पाचन हो अथवा नहीं, स्वास्थ्य के अनुकूल हो या प्रतिकूल, स्वाद के वशीभूत हो आज खाना एक रिवाज बन गया है। अधिकांश व्यक्ति जब इच्छा होती है, जो अच्छा लगता है, खाने लग जाते हैं। खाने के बारे में चिन्तन प्रायः सुसुप्त हो रहा है। जो भविष्य में रोग का कारण बनते हैं। अतः आज Birth Control (जन्म पर नियन्त्रण) और Death Control (मृत्यु पर नियन्त्रण) से भी ज्यादा Tonge Control (स्वाद पर नियन्त्रण) आवश्यक है। होटल तथा घर में बाहर खाने की आदतों के कारण हॉस्पिटल के चक्करों से आज बेचारी हैल्थ मारी जा रही है।

मांसाहार और आध्यात्म :-

दुनियाँ का कोई धर्म विश्वासघात की सीख नहीं देता। पहले तो पशुओं को पालना, अच्छा खिलाना-पिलाना तथा बाद में मांसाहार हेतु उनका वध करना अधर्म नहीं तो क्या ?इसलिए सभी धर्म प्रवृतकों ने मांसाहार का निषेध किया। परन्तु उन्हीं के अनुयायी अपनी स्वाद लोलुप प्रवृति के कारण, धर्म के नाम पर पशुबली या कुर्बानी करें, कितना विसंगत है ? प्रायः किसी भी धार्मिक कार्य को धार्मिक स्थानों में करने की मनाई नहीं होती। **यदि कुर्बानी में धर्म होता तो मस्जिदों में कुर्बानी का निषेध नही होता।**

इस्लाम मत में पैगम्बर मोहम्मद साहब ने पवित्र ग्रन्थ 'हवीस' में अपना कलाम फरमाते हुए कहा सभी प्राणियों पर दया करो। दुनिया वालों पर तुम रहम करो, क्योंकि खुदा ने तुम पर बहुत मेहरबानी की है। **इस्लाम में तो रक्त के उपयोग पर सख्त पाबन्दी है। मुसलमान एक बूंद भी खून अपने मुंह में नहीं ले सकता। बिना रक्त मांसाहार उपलब्ध नहीं होता। अतः जो खून से बचना चाहे, वह मांसाहारी कैसे हो सकता हैं? रहम करने वाला क्रूर, निर्दयी हिंसक नहीं हो सकता है।** जो संतान अपने माता-पिता, भक्त अपने भगवान और शिष्य अपने गुरु की माला फेरे, गुणागान करे, परन्तु उनकी आज्ञा का पालन न करे, ऐसी संतान, भक्त और शिष्य को बुद्धिमान कैसे कहा जाये? कुरान शरीफ में सुरे बकर में हज वर्णन में लिखा है। जानवरों को मारना और खेती को तबाह करना वे पसन्द नहीं करते। कुरआने हकीम की सूरत अलहज 32-22 में स्पष्ट किया है कि न तो पशुओं का मांस और न ही उनका रक्त ईश्वर तक पहुँचता है। ईस्लाम में पशुओं के अधिकारों को बहुत महत्त्व दिया गया है और मनुष्य को आदेश दिया कि उनके अधिकारों की रक्षा करें।

गुरु ग्रन्थ साहब के बार मांस महल्ला भाग एक पेज 140 में गुरु नानक देव ने कहा **''कपड़े पर खून लगने से कपड़ा गंदा हो जाता है, वहीं खून जब मनुष्य खावेगा तो उसका चित्त निर्मल नहीं रहेगा।''** नानक प्रकाश पूर्वार्ध के अध्याय 55 वन मानुजा में उन्होंने कहा- **'मांस मत खाओं, मांस खाने वालों का, उनके हाथ का भोजन मैं नहीं करता।'**

ईसा मसीह को आत्मिक ज्ञान जान दिबैपटिस्ट से प्राप्त हुआ था जो मांसाहार के सख्त विरोधी थे। ईसा मसीह की शिक्षा के दो प्रमुख सिद्धान्त है (Thou Shall Not kill) **''तुम जीव हत्या नहीं करोगे''** और (Love the neighbour) **''अपने पड़ोसी से प्यार करों''**। गास्पल ऑफ पीस ऑफ जीसस क्राइस्ट में ईसा मसीह के वचन इस प्रकार है ''सच तो यह है कि जो हत्या करता है, वह असल में अपनी ही हत्या कर रहा है। जो मारे हुए जानवर का मांस खाता है, वह असल में अपना मुर्दार आप ही खा रहा है, जानवरों की मौत उसकी अपनी मौत है

क्योंकि इस गुनाह का बदला मौत से कम हो ही नहीं सकता।'' बेजुबान की हत्या न करो और न अपने निरीह शिकार का मांस खाओ, इससे कहीं तुम शैतान के गुलाम न बन जाओं। वे आगे फरमाते हैं कि यदि तुम शाकाहारी भोजन को अपना आहार बनाओगे तो तुम्हें जीवन एवं शक्ति मिलेगी, लेकिन यदि तुम मृत (मांसाहार) भोजन करोगे तो वह मृत आहार तुम्हें भी मार देगा।'' क्योंकि केवल **जीवन से ही जीवन मिलता है मौत से हमेशा मौत ही मिलती है।**

जैन, बौद्ध एवं हिन्दु धर्म का प्राण ही अहिंसा है। कहने का तात्पर्य यह है कि कोई भी धर्म हिंसा, क्रूरता की बात नहीं करता, फिर भी उनके अनुयायी मांसाहार करें। उनके आचरण में क्या विरोधाभास नहीं है ?इसीलिए तुलसीदास जी को कहना पड़ा–

दया धर्म का मूल है, पाप मूल अभिमान।
तुलसी दया न छोड़िये, जब तक घट में प्राण।।

सरकारी नीतियां :–

आज हमारा दुर्भाग्य है कि अहिंसा प्रधान भारत में पहले जहां विश्व में आध्यात्मिकता का निर्यात होता था आज स्वतन्त्र भारत में मांसाहार का निर्यात दिनों–दिन बढ़ रहा है। जहाँ से सत्य, अहिंसा, दया, करूणा की भावना प्रस्फुटित होती थी, वहाँ से क्रूरता, निर्दयता, बर्बरता का निर्यात हो रहा है। कृषि मंत्रालय मांसाहार को बढ़ावा देने के लिए विभिन्न सुविधायें उपलब्ध कराता जा रहा है। शिक्षा मंत्रालय मांसाहार के दुष्प्रभावों से विद्यार्थियों को अवगत कराने की जिम्मेदारी से दूर भाग रहा है। अमेरिका में मांस के विज्ञापन पर प्रतिबंध है, परन्तु हमारा संचार मंत्रालय मांसाहार का प्रचार कर रहा है। स्वास्थ्य मंत्रालय अपनी असजगता, अनैतिकता, अदूरदर्शिता एवं मांस विक्रेताओं के दबाव से प्रभावित हो मांसाहार के दुष्प्रभावों से संबंधित तथ्यों पर ईमानदारी पूर्वक चिन्तन नहीं कर रहा है। जिसके परिणामस्वरूप भारत में रोग एवं रोगियों की संख्या में निरन्तर वृद्धि हो रही है। पशु कल्याण विभाग पशुओं पर ज्यादा बोझ न ढोना, उनको कष्ट पहुँचाने पर दण्ड की बात करता है परन्तु पशुओं को जान से मारने वालों पर कोई दण्ड का कानून नहीं बनवाता। यह कैसा कानून? पशु कल्याण विभाग को कानून को न्याय संगत बनाने में अपनी अहम् भूमिका निभानी चाहिये। पहले मांसाहार उद्योग को सरकारी संरक्षण नहीं था अतः सामूहिक रूप से पशुओं का वध नहीं होता था। जब तक राजनीति के साथ मानवता की अनदेखी होगी, विकास के स्थान पर राष्ट्र का पतन ही होगा। राष्ट्र की स्थिति का चित्रण करते हुए कवि की व्यथा बोल रही हैं :–

देश में हिंसा का, दावानल जल रहा है,
पुण्य के नाम पर, पाप चल रहा है।
हिंसा, भ्रष्टाचार और अनीति में भी,
भगवान जाने, यह देश कैसे चल रहा है।।

क्या हम अपने स्वास्थ्य के प्रति सजग हैं?

कुछ बातें हमारे नियन्त्रण में होती है। हमारे स्वविवेक एवं सम्यक् चिन्तन पर निर्भर करती हैं, जबकि कुछ बातों पर हमारा पूर्ण नियन्त्रण नहीं होता। जैसे नगर निगम द्वारा उपलब्ध कराया गया जल, शहरों में ध्वनि प्रदूषण

एवं पर्यावरण से दूषित वातावरण की स्थिति, रासायनिक खाद और कीटनाशकों से प्रभावित खाद्य सामग्री, बाजार में उपलब्ध खाद्य पदार्थों में शुद्धता अर्थात मिलावट न होना, टी.वी. और अन्य संचार माध्यमों पर उपभोक्ताओं को आकर्षित करने वाले मायावी, भ्रामक हानिकारक पदार्थों का खुलम-खुला प्रचार इत्यादि पर प्रायः हमारा पूर्ण नियन्त्रण नहीं होता। परिणाम स्वरूप आज का इन्सान न खाने की चीजें खा रहा है। न पीने की चीजें पी रहा है। भूख के बिना भी खा रहा है। भूख से ज्यादा भी खा रहा है। अकाल यानि रात में भी खा रहा है। अपाच्य और अभक्ष्य भी खा रहा है। फिर भी अपने आपको बुद्धिमान मान रहा है। अतः अपने आपको स्वस्थ रखने की कामना रखने वालों को अपने से नियन्त्रित प्रवृत्तियों पर नियन्त्रण करना चाहिये। जैसे क्या खाना और क्या नहीं खाना? कब खाना और कब नहीं खाना और क्यों? कैसे खाना खाना और कैसे नहीं खाना ? कहाँ खाना और कहाँ नहीं खाना? खाना कैसे बनाना? कैसे पकाना? कैसे खिलाना इत्यादि? क्या भोजन सुपाच्य है? पवित्र है या अपवित्र, मौसम, वातावरण और शरीर के अनुकूल है या प्रतिकूल इत्यादि बातों पर हमारा नियन्त्रण संभव होता है। जो व्यक्ति उपरोक्त बातों के प्रति जितना अधिक सजग बन आचरण करेगा, वह व्यक्ति ही अपेक्षाकृत स्वस्थ जीवन जीता है।

क्या बुद्धिमान व्यक्ति मांसाहारी हो सकता है?

बुद्धिमान कौन?:- अपने स्वास्थ्य की रक्षा करने वाला या उपेक्षा करने वाला? अपनी क्षमताओं का सदुपयोग करने वाला अथवा दुरुपयोग करने वाला या अपव्यय करने वाला? दयालु या क्रूर, स्वार्थी अथवा परमार्थी? अहिंसक अथवा हिंसक? अन्य प्राणियों के प्रति मैत्री और प्रेम का आचरण करने वाला या द्वेष और घृणा फैलाने वाला? जीओ और जीने दो के सिद्धान्तों को मानने वाला या दूसरों को स्वार्थ हेतु कष्ट देने वाला, सताने वाला या नष्ट करने वाला?उपरोक्त मापदण्डों के आधार पर ही मनुष्य को सभ्य, सजग, सदाचारी और बुद्धिमान अथवा असभ्य, असजग, दुराचारी और मूर्ख समझा जाता है। अपने-अपने खाने की आदतों के आधार पर हम स्वयं निर्णय करे कि हमारा खान-पान कितना बुद्धिमता पूर्ण है।

सारांश यही है कि मांसाहार स्वास्थ्य की दृष्टि से हानिकारक, आर्थिक दृष्टि से मंहगा, आध्यात्मिक दृष्टि से नीच गति में ले जाने वाला, मानवीय गुणों का नाश करने वाला, पर्यावरण की दृष्टि से प्रकृति में असंतुलन पैदा करने वाला है। अतः जो मांसाहार करते हैं, करवाते है अथवा करने वालों को अच्छा समझते हैं वे सभी असजग हैं। असंस्कारित हैं। अमानवीय है। अपनी रसना इन्द्रिय के गुलाम स्वाद लोलुप हैं। पराधीन एवं परावलम्बी हैं। उदासीन हैं। भ्रमित हैं। स्वयम् के प्रति भी ईमानदार नहीं है। वास्तव में जो बुराई को जानते, मानते हुए भी न स्वीकारें उस व्यक्ति, समाज और सरकार को कैसे बुद्धिमान समझा जाये?